

# Träningschema för inomhussäsongen 2017-09-04 - 2018-04-29



## Södervångshallen

	Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag		
	Hall 1	Hall 2	Hall 1	Hall 2	Hall 1	Hall 2	Hall 1	Hall 2	Hall 1	Hall 2	
16:00	<b>Michael</b> Albin Rubom M 03 Emil Lenander 03 Linus Willemo 05 Gustav Stähle 02	<b>Aktiv Ungdom</b> 	<b>Michael</b> Anton Ståhlroos 04 Emil Lenander 03 Oscar Hult 05 Viktor Jarltoft 04	<b>Aktiv Ungdom</b> 	Ledigt	<b>Aktiv Ungdom</b> 	<b>OBS! Vanningen!</b> <b>Michael</b> Albin Rubom M 03 Anton Ståhlroos 04 Linus Willemo 05 Oscar Hult 05	<b>Michael</b> Edvin Persson 04 Hugo Ohlsson 05 Hannah Pohlman 04	<b>IK Finish</b> 	<b>Michael</b> Erik Åkewall 08 Gustav Hedman 08 Ludvig Vural 08 Kasper Svenburg 08	<b>Ulf</b> Ludvig Ekberg 04 Elin Roth 04 Hugo Rubom M 06 Jakob Ragnarsson 05
17:00	<b>Michael</b> Emma Börresen 04 Emmi Masalkovski 04 Ingrid Ingvarson 05 Rebecka Hemmestorp 04		<b>Michael</b> Emma Börresen 04 Emmi Masalkovski 04 Ingrid Ingvarson 05 Rebecka Hemmestorp 04		<b>Vellinge IF</b> 		<b>Michael</b> Anton Malmberg 05 Arvid Modig 05 Alfred Löf 08 Hugo Jaenecke 05	<b>Michael</b> Alfred Löf 08 Erik Åkewall 08 Ludvig Vural 08		<b>Michael</b> Holly Wiltgren 07 Gabriel Grönhagen 08 Gustaf Hult 09 Isabelle Henningsson 08	<b>Mattias</b> Anton Langevi 07 Benedikte Söndergaard 08 Elias Bruhn 07
18:00	<b>Michael</b> Alfred Löf 08 Anton Malmberg 05 Arvid Modig 05 Hugo Jaenecke 05		<b>Michael</b> Benjamin Markl 04 Emil Vural 04 Gustav Thomasson 02 Nils Lundahl 04	<b>Viktor</b> Hannah Pohlman 04 Herman Tranborg 03 Hugo Ohlsson 05 Oskar Lindberg 04			<b>Michael</b> Benjamin Markl 04 Emil Vural 04 Gustav Thomasson 02	<b>Michael</b> Benjamin Markl 04 Emil Vural 04 Hampus Hermansson 01 Nils Lundahl 04	<b>Thomas</b> Laura Martin-Vivaldi 03 Liv Larsson 03 Linnea Qviller 03 Viktor Jarltoft 04	<b>Michael</b> Elias Ekbladh 05 Hampus Donnerhall 08 Ludvig Ståhlroos 07 Oskar Iverheim 06	<b>Tranborg</b>
19:00	<b>Michael</b> Andreas Persson 03 Anton Lundahl 01 Rebecka Mårtensson 01 Olivia Trulsson 01	<b>Vellinge IF</b> 	<b>Michael</b> Filip Alemo 99 Ludvig Willemo 99 Ida Folkesson 99 Rebecka Mårtensson 01	<b>Viktor</b> Gustav Stähle 02 Hugo Jaenecke 05 Arvid Modig 05 Tilda Holmström 02		<b>Michael</b> Oskar Löf 06 Jake Rohde 95 Tobias Arcombe	<b>Friskis &amp; Sveltis</b>	<b>Michael</b> Axel R Alfredsson 00 Filip Alemo 99 Ludvig Willemo 99 Rebecka Mårtensson 01	<b>Rubom Matsson</b>	<b>Ericsson</b>	<b>Ledigt</b>
20:00	<b>Michael</b> Anna-Lena Sjövall Elin Billqvist	<b>Thomas</b> Karin Waldén Kajsa Willemo	<b>Michael</b> Malin Schön 92 My Svensson Sara Hedman	<b>Viktor</b> Jan Åkewall Kim Engström Marie Engström Mats Olsson	<b>Serielagsträning</b> <b>Herrlaget</b>	<b>Michael</b> Fredrik Hedman Pierre Cassland Staffan Persson		<b>Michael</b> Maarit Nors Maria Petersson Petra Vigh Ulrika Cnattingius	<b>Vellinge IF</b> 		
21:00	<b>Michael</b> Martin Willemo Paul Svensson Rikard Alemo	<b>Ledigt</b>	<b>Ledigt</b>	<b>Viktor</b> Axel R Alfredsson 00 Markus Jeglertz Peter Eklöv Thomas Andersson	<b>Serielagsträning</b> <b>Herrlaget</b>	<b>Ledigt</b>		<b>Michael</b> Annika Donnerhall			
22:00	<b>Stängt</b>										

Mini (röd)
Midi (orange)
Maxi (grön)
Hård boll (gul)
Fys
Motion
Seriespel
Sparring

Anmäl alltid frånvaro till din tränare! Du hittar kontaktuppgifter till tränarna på:

<http://www.vellingetk.se/traning/tranare>



# Träningschema för inomhussäsongen 2017-09-04 - 2018-04-29

	Södervångshallen				Vanningen	Vellinge Sporthall
	Lördag		Söndag		Söndag	Söndag
	Hall 1	Hall 2	Hall 1	Hall 2		
08:00	Vellinge IF	Vellinge IF	Vellinge IF	Vellinge IF	Vellinge IF	Gårdarike IBK
09:00						
10:00	<b>Viktor</b>	<b>Viktor</b>	Seriespel	Seriespel		
	Minitennis se sida 3	Minitennis se sida 3				
11:00	<b>Viktor</b>	<b>Viktor</b>	Seriespel	Seriespel		
	Minitennis se sida 3	Minitennis se sida 3				
12:00	<b>Viktor</b>	<b>Viktor</b>	Seriespel	Seriespel		
	Tränarledd och gratis fysträning för alla medlemmar!! Kom och prova!	Tränarledd och gratis fysträning för alla medlemmar!! Kom och prova!			Ledigt	
13:00	<b>Ulf</b> Patrik Jaenecke		Seriespel	Seriespel		
13:30	<b>Ulf</b> Ilyas Alamoudi Mikael Ericsson Christian Ohlsson	Ledigt			Ledigt	
14:30	<b>Ulf</b> Tina Rossi Madeleine Parson	Ledigt	Seriespel	Seriespel	Ledigt	
15:30	Ledigt	Ledigt	15:00 <b>Viktor (Thomas, Ulf)</b> Mateo Brzozowski 09 Egon Wall Balder 09 Karl Waldén 09 Oskar Akewall 10	<b>Fredrik (Thomas, Ulf)</b> Björn Lindvall 10 Edward Månsson 10 Leo Brzozowski 11 Valdemar Söndergaard 11	Hedberg	
16:30	Ledigt	Ledigt	16:00 <b>Viktor (Thomas, Ulf)</b> Elias Engström 09 Luka Otrelius 09 Melvin Bruhn 09 Isak Buhre 09 Andreas Arnberg 09	<b>Fredrik (Thomas, Ulf)</b> Isaac Otrelius 08 Robin Donnerhall 09 Elin Hedman 06 Emilia Engström 07	Löf	
17:00	Ledigt	Ledigt	17:00 <b>Viktor (Thomas, Ulf)</b> Evelina Hornbeck 04 Oskar Iverheim 06 Hugo Rubom M 06 Elin Roth 04	<b>Fredrik (Thomas, Ulf)</b> Alma Nilsson 06 Gabriel Grönhagen 08 Vilma Gajmark 06 Signe Burholm 06	Friskis & Svettis	
18:00	Stängt	Stängt	18:00 <b>MOTIONSDUBBEL</b> Kontakta Erik Göteborg vid intresse Tel: 0730 - 80 09 43	<b>MOTIONSDUBBEL</b> Kontakta Erik Göteborg vid intresse Tel: 0730 - 80 09 43	Stängt	Michael
19:00			19:00 <b>MOTIONSDUBBEL</b> Kontakta Erik Göteborg vid intresse Tel: 0730 - 80 09 43	<b>MOTIONSDUBBEL</b> Kontakta Erik Göteborg vid intresse Tel: 0730 - 80 09 43		Damlagsträning
20:00			20:00 Stängt	20:00 Stängt		Michael
21:00			21:00 Stängt	21:00 Stängt		Damlagsträning
						Brandkåren
						Stängt

Anmäl alltid frånvaro till din tränare! Du hittar kontaktuppgifter till tränarna på:

<http://www.vellingetk.se/traning/tranare>

- Mini (röd)
- Midi (orange)
- Maxi (grön)
- Hård boll (gul)
- Fys
- Motion
- Seriespel
- Sparring

# Träningschema för inomhussäsongen 2017-09-04 - 2018-04-29



## Södervångshallen

Lördag					
Minitennis					
10:00	<b>Viktor</b>	<b>Matilda</b>	<b>Benjamin</b>	<b>Nils</b>	
	Ludvig Wahlgren 11 Fabian Lehmann 11 Adam Gustafsson 11 Simon Wettbo 11	Konrad Lehmann 10 Elvira Cronsell 09 Eli Lenander 09 Carl Askenberg 09			
11:00	<b>Viktor</b>	<b>Matilda</b>	<b>Benjamin</b>	<b>Nils</b>	
	Bastian Jagusch 09 Leo Berger 11 Nils Ljungkvist 09 Willem Nilsson 09	Hugo Mars 08 Viktor Lundberg 08 Andrea Falk 07 Noah Carter 09			



**Anmäl alltid frånvaro till din tränare!** Du hittar kontaktuppgifter till tränarna på:

<http://www.vellingetk.se/traning/tranare>